IZPP^Φ INTERNATIONALE ZEITSCHRIFT FÜR PHILOSOPHIE UND PSYCHOSOMATIK
Erstes offenes E-Journal für fächerübergreifende Theoriebildung in Philosophie und Psychosomatik sowie ihren Grenzgebieten
Herausgeber: Wolfgang Eirund und Joachim Heil
ISSN: 1869-6880

Material, Methoden und beraterisches Vorgehen – Gestaltungsmöglichkeiten von Nähe und Distanz in der psychosozialen Beratung

Laura Best

Zusammenfassung
Der vorliegende Artikel stellt Nähe und Distanz als Gestaltungsmöglichkeiten der Beratungsbeziehung im Kontext psychosozialer Beratung dar. Auf Grundlage empirischer Daten einer qualitativen, videogestützten Grounded-Theory-Studie wird die Perspektive der Adressat_innen von Beratung fokussiert. Hierbei werden anhand von Aussagen der Befragten insbesondere die Aspekte Material- und Methodeneinsatz sowie das beraterische Vorgehen in Bezug auf das Spannungsfeld Nähe und Distanz dargestellt. Abschließend werden Schlussfolgerungen für eine gelingende Nähe-Distanz-Gestaltung für die beraterische Praxis abgeleitet.

Schlüsselwörter
Nähe, Distanz, Beratung, Beziehungsgestaltung, Adressat_innen

Abstract
This article presents closeness and distance as design possibilities in psychosocial counseling relationship. Based on an empiric qualitative video supported grounded theory study, client's perspectives on counseling is focused. Therefore, client's statements concerning the usage of material and methods within the counseling process as well as counselor's professional behavior are shown to shed light on the tension field between closeness and distance. Finally, conclusions relating to the counseling practice are drawn with a view to successful relationship formation focused on closeness and distance.

Keywords
Closeness, distance, counseling, relationship formation, clients

1 Einleitung

Nähe und Distanz deuten als Begriffe alltagssprachlich zunächst auf räumliche Abstände hin (u. a. Abrahamczik et al., 2013; Dörr u. Müller, 2012, 7f.). Eine Minimierung oder Maximierung des Abstands zwischen zwei Objekten oder Subjekten ist zunächst als Veränderung von Positionierungen anzusehen. Im Kontext der psychosozialen Beratung beinhalten diese Begrifflichkeiten jedoch viel mehr als reine Abstandsbeschreibungen. Sie entscheiden als dynamische Komponenten über die (Beziehungs-)Gestaltung von Beratungsprozessen und deren Erfolg, davon abhängig, ob Nähe und Distanz von allen an der Situation beteiligten Personen als passend und angenehm wahrgenommen werden. Nähe und Distanz werden in engen Zusammenhang gesetzt mit Wohlbefinden und Unwohlsein, Sympathie und Antipathie sowie Vertrauen und Fremdheit. Dabei stellt das Begriffspaar Nähe und Distanz sich einerseits als Ergebnis eines Miteinanderagierens im Sinne einer Phänomenologie dar, andererseits können Nähe und Distanz bewusst gestaltet werden, um den Prozess der Interaktion zu steuern und zu verändern. Beide Formen werden durch professionell beratende Personen teils bewusst und teils unbewusst eingesetzt, um den Beratungsprozess und damit auch die Beratungsbeziehung

aktiv zu gestalten. Seitens der Adressat_innen von Beratung – also der Personen, die Beratung für sich in Anspruch nehmen – laufen viele dieser Prozesse unbewusst ab. Sie nehmen eher die Auswirkungen der Nähe-Distanz-Gestaltung, oftmals in Form von Wohlbefinden, Abwehr, Vertrauen, Widerstand oder empfundener Grenzüberschreitung wahr. Um professionelle Beratung hinsichtlich Nähe und Distanz adäquat zu gestalten, ist es essentiell, sich mit dem Erleben der zu beratenden Personen auseinanderzusetzen, um ein Verständnis dafür zu entwickeln, in welcher Form Nähe und Distanz Einflussgrößen im Beratungsprozess darstellen, die auf günstige oder ungünstige Art den Prozess der Beratung beeinflussen. Im Rahmen dieses Artikels soll dabei ein Teilbereich aus einer Forschungsarbeit dargestellt werden, welche sich mit Nähe und Distanz aus der Perspektive der Adressat_innen von Beratung beschäftigt (Best, 2020). Hierbei wird insbesondere auf den Einsatz von Methoden, Material und Vorgehen als Gestaltungselement hinsichtlich Nähe und Distanz in der Beratung fokussiert. Das folgende zweite Kapitel gibt zunächst einen Einblick hinsichtlich Nähe und Distanz im Kontext psychosozialer Beratung. Im dritten Kapitel wird kurz das Forschungsprojekt skizziert, um daraus ableitend die Perspektive der zu beratenden Personen als zentrales Element der Nähe-Distanz-Gestaltung darzulegen. Im vierten Kapitel werden die Gestaltungsmöglichkeiten Methoden, Material und Vorgehen in den Blick genommen und Ergebnisse der empirischen Untersuchung ausschnitthaft vorgestellt. Abschließend werden im fünften Kapitel Schlussfolgerungen dargestellt und es wird ein Ausblick gegeben.

2 Nähe und Distanz in der psychosozialen Beratung

Ein Blick in die Beratungsliteratur sowie in Abhandlungen aus dem Kontext der Sozialen Arbeit verrät, dass Nähe und Distanz insbesondere als Spannungsfeld Relevanz erlangen (u. a. Dörr u. Müller, 2012), so dass eine ausschließliche Fokussierung auf die Einzelaspekte Nähe oder Distanz viel weniger zum Tragen kommt, als die Betrachtung des Wechselspiels und der sich daraus ableitenden Herausforderungen. „Professionelles und erfolgreiches psychosoziales Handeln gründet in einer gelingenden Balance zwischen Nähe und Distanz“ (Datler u. Strachota, 2012, 178). Dieses Zitat zeigt auf, dass die ausgewogene und bewusste Gestaltung von Nähe und Distanz in der Zusammenarbeit mit Adressat_innen von Beratung als Zeichen professionellen Handelns angesehen wird. Nähe und Distanz erhalten im Rahmen professioneller Beziehungsgestaltung in der psychosozialen Beratung häufig weitere Bedeutungszuschreibungen, welche zum Beispiel in Form von „Selbstbehauptung als abgegrenztes Subjekt“ sowie „gegenseitige[r] Anerkennung von Abhängigkeiten“ bestehen können (Dörr u. Müller, 2012, 8). Weitere Zuschreibungen in Verbindung mit Nähe sind beispielhaft mit Geborgenheit, Halt und Bedrängnis angegeben (Schmalenbach, 2014, 38), während Distanz unter anderem mit Freiraum, Toleranz und Indifferenz assoziiert wird (ebd.). In der Sozialen Arbeit wird eine programmatische Aufwertung von Nähe – u. a. im Kontakt mit Adressat_innen – thematisiert (Dörr u. Müller, 2012, 15), gleichsam werden auch Risiken dargestellt, die mit großer Nähe einhergehen, beispielsweise emotionale Verstrickungen (Tetzer, 2009, 107), die zu einem Verlust von Sachlichkeit führen können. Die Nähe-Distanz-Metapher, welche zur Darstellung zwischenmenschlicher Beziehungen herangezogen wird, dient gleichzeitig durch die Inszenierung eines Selbstbildes einer professionellen Identitätsbildung (Gräber, 2015, 333). Die Bedeutung der Auseinandersetzung mit und Gestaltung von Nähe und Distanz wird somit auf verschiedenen Ebenen des professionellen Handelns verdeutlicht. Abschließend sei noch auf eine zusätzliche entwicklungsspezifische Komponente von Nähe und Distanz hingewiesen. Hierbei wird Nähe als ursprünglich und natürlich dargestellt, während Distanz als Entwicklungsleistung und Fortschritt angesehen wird (Landkammer, 2012, 14f.). Die Fähigkeit, Distanz einzunehmen, ist damit grundlegend für die Qualität des sozialarbeiterischen Handelns (Thiersch, 2012, 47).

3 Nähe und Distanz aus der Perspektive von Adressat_innen der Beratung

Im Rahmen einer Grounded-Theory-basierten qualitativen Forschungsstudie wurden sechs psychosoziale Beratungsprozesse mit insgesamt 25 Beratungssitzungen videographiert und analysiert. Sowohl die Berater_innen als auch die Adressat_innen wurden videogestützt zum Erleben der Beziehungsgestaltung befragt, indem ihnen in Einzelinterviews nach jeder Beratungssitzung Ausschnitte aus der letzten Beratung gezeigt wurden, um Erzählimpulse zu generieren und Erinnerungen an die Situation zu reaktivieren. Im Anschluss wurden alle Interviews sowie einige prägnante Videosequenzen analysiert und in Bezug auf Nähe und Distanz induktiv kategorisiert. Es konnten hierbei neue Perspektiven sowohl aus Berater_innen- als auch aus Adressat_innenperspektive gewonnen werden, die Rückschlüsse auf die Nähe-Distanz-Gestaltung im Beratungsprozess zulassen. Besonders aufschlussreich ist hierbei die Adressat_innenperspektive zu bewerten, da bislang wenig empirische Erkenntnisse darüber vorliegen, wie zu Beratende den Beratungsprozess in Hinblick auf die Beziehungsgestaltung erleben und welche Komponenten aus ihrem Blickwinkel als besonders relevant für den Prozess und die Beratungsbeziehung angesehen werden. Einige Aspekte sollen in aller Kürze aufgezeigt werden, um eine Sensibilisierung dafür zu erlangen, was von Adressat_innenseite als besonders wichtig und ausschlaggebend für den Beratungserfolg angesehen wird.

Nähe wird von den befragten Adressat_innen auf vielfältige Weise erlebt. Einerseits ermöglicht eine als konstruktiv empfundene Nähe Wohlbefinden, Vertrauensaufbau und das Gefühl, sich auf den Prozess einlassen zu können. Sie führt zur Annahme von Unterstützung sowie Hilfe durch Berater_innen und einer Preisgabe von Informationen durch die zu Beratenden. Andererseits wird die Gefahr beschrieben, in die Enge gedrängt zu werden, wenn das Nähe-Angebot der Berater_innen das Nähe-Bedürfnis der zu Beratenden übersteigt (Best, 2020, 110ff.). Als Indikatoren für eine Nähe-Konstruktion werden durch die Adressat_innen der Beratung insbesondere Körpersprache und Körperposition sowie Stimme und die Art der Gesprächsführung benannt. Außerdem wird der Einsatz bestimmter Methoden, Materialien und Vorgehensweisen beschrieben, welcher im hierauf folgenden Kapitel ausführlich dargestellt wird.

In Bezug auf die Herstellung oder Aufrechterhaltung von Distanz berichten die befragten Adressat_innen beispielsweise über Rückzugshandlungen, Ausweichen sowie Reserviertheit. Auch wird beschrieben, dass Distanz aus Vorsicht oder Selbstschutz eingesetzt wird und der Abwehr dienen kann, insbesondere, wenn aus Adressat_innensicht die Gefahr einer Grenzüberschreibung besteht (ebd. 137ff.). Das Zusammen- und Wechselspiel von Nähe und Distanz zeigt sich am deutlichsten in der Art und Weise, wie gemeinsames Arbeiten im Beratungsprozess stattfindet, in welcher Form miteinander interagiert und in Dialog getreten wird, die Übernahme und Übertragung von Verantwortlichkeiten sowie die damit einhergehenden Erwartungshaltungen an das Gegenüber und die einzunehmenden Rollen (ebd. 149ff.).

Im folgenden Kapitel werden die Gestaltungsmöglichkeiten von Nähe und Distanz durch Methoden, Material und Vorgehen der Berater_innen ausführlich dargestellt.

4 Methoden, Material und Vorgehen als Gestaltungsmöglichkeiten von Nähe und Distanz

Ein von Adressat_innenseite mehrfach thematisierter Aspekt ist die Konstruktion von beraterischer Nähe und Distanz mittels bestimmter Methoden oder durch einen spezifischen Materialeinsatz in Kombination mit dem beraterischen Vorgehen, Verhalten oder Auftreten. Deutlich wird anhand der Aussagen der Adressat_innen, dass hierdurch Rollenerwartungen und -anforderungen entstehen, die Einfluss auf die Fortentwicklung der Beratungsbeziehung und des Beratungsprozesses nehmen. Anhand einiger Beispiele soll die Wirkung von

Methoden, Material und Vorgehen in Hinblick auf Nähe und Distanz dargestellt werden.

Methoden

Neben verschiedenen Formen der Gesprächsführung und Fragetechniken gibt es in der psychosozialen Beratung spezifische Methoden, die in den Beratungsgesprächen eingesetzt werden können, um beispielsweise Adressat_innen neue Perspektiven auf ein Thema zu ermöglichen, die kreative Ideenfindung zu unterstützen oder sich der Problemsituation mit entsprechenden Lösungsoptionen bewusster zu werden. Eine Befragte beschreibt, wie sie im Verlauf des Beratungsprozesses immer mehr den Eindruck einer Annäherung zwischen sich und dem Berater gewinnt, indem es ihm aus ihrer Sicht zunehmend gelingt, ihr die für sie genau richtigen Fragen zu stellen und den Methodeneinsatz auf sie und ihren individuellen Bedarf abzustimmen:

> *„Ähm, wobei ich finde, dass [Berater F] und ich da nen ziemlich guten Weg gefunden haben, diese holprigen Rückfragen, die er zu Beginn gestellt [hat], die so (.) LEHRBUCH-MÄSSIG wirkten, die sind ja jetzt zum Ende hin nicht mehr so gewesen. Er wusste ganz GENAU, welche Frage er mir zu stellen hat, damit ich meine Antwort finde.“ (Interview Adressatin F nach der sechsten Sitzung).*

Diese Wahrnehmung erzeugt bei der Befragten ein Gefühl von Nähe und dem gemeinsamen Arbeiten an ihrem Beratungsthema, wobei dies wiederum ihre Motivation zur Mitarbeit erhöht und die Wirksamkeitserwartung an die Beratung steigert. Gegenbeispiele im Rahmen der Studie zeigen, dass ein nicht individuell abgestimmter Methodeneinsatz bei den Befragten Zweifel weckt und für Beratungsprozess und -beziehung eher hinderlich ist. Dieses Erleben wird anhand einer Adressatenaussage verdeutlicht, in der beschrieben wird, dass eine erlebte Standardisierung des methodischen Vorgehens von der zu beratenden Person als unangenehm erlebt wird:

> *„Diese* Äußerung so am Anfang*, eine Stunde oder so' ne, wo ich mich schon ein bisschen wieder in so ne standardisierte ROLLE, oder standardisierte Situation, […] gepfropft fühlte, so nach dem Motto: Jetzt sind wir gleich am Ende, weil jetzt ist gleich ne Stunde rum“*
> *(Interview Adressat D nach der ersten Sitzung).*

Gleichzeitig werden Situationen beschrieben, in denen die Adressat_innen zunächst skeptisch in Bezug auf einen bestimmten Methodeneinsatz reagieren, sich aber aufgrund schon bestehender Nähe – hier vor allem im Sinne von Vertrauen und Kompetenzzuschreibung der beratenden Person – auf den Methodeneinsatz einlassen können und damit gute Erfahrungen machen. Eine Distanzierung im Sinne von Abwehr oder Ablehnung entsteht eher in der Kombination aus (noch) nicht hergestellter Nähe und Vertrauensbeziehung in Kombination mit einer hohen Anforderung an das Sich-Einlassen in Bezug auf den Methodeneinsatz. Daher dient die Distanzierung aus Adressat_innensicht in solchen Fällen allem Anschein nach dem Selbstschutz und der Verhinderung von Kontrollverlust, wie anhand des folgenden Beispiels deutlich wird:

> *„Und ich hab mir natürlich gedacht, naja, sie ist ja die [Beraterin], SIE muss ja die Timeline-Methode jetzt hier (.) mit MIR machen, so, ne und dann hab ich's hingelegt und dann kam von ihr nix. […] Und dann wollt ich sie jetzt mal ein bisschen herausfordern: Was ist denn jetzt? Was machen wir denn jetzt hier mit der Timeline, was kommt denn jetzt hier dabei raus. Und ja, und (.) gut, da ist sie dann natürlich auch ein bisschen drauf gesprungen.“*
> *(Interview Adressat D nach der zweiten Sitzung).*

Material

In Hinblick auf den Einsatz von Material im Rahmen der Beratungssitzungen zeigen sich unterschiedliche Empfindungen in Bezug auf Nähe und Distanz. Eine zu beratende Person beschreibt ihr Erleben beim Einsatz einer Flipchart, die der Berater nutzt, um Gesagtes zu verschriftlichen. Sie schildert, dass sie in der ersten Beratungssitzung einen großen Widerstand gespürt hat, mithilfe dieses Materials zu arbeiten, sich aber darauf einließ und feststellte, dass sie die Visualisierung durchaus als hilfreich erlebte, woraufhin sie sich in der zweiten Beratungssitzung trotz Skepsis auf eine Visualisierung mit Hilfe von Moderationskarten einlässt:

> *„Ich hatte ja beim ersten Mal schon dieses (.) jetzt stellt der da wirklich so 'n Flipchart hin und wir schreiben da was auf, ne. Wo ich ja dann zurückgerudert hab und gesagt hab, das hat ja hervorragend funktioniert. Und dann (.) hat (lachend) der da diese Karteikarten liegen, ne und: So, dann schreibste jetzt mal was auf. Und ich hab echt gedacht: Mein Freund, wo willst Du denn hin damit? Ne? (lacht)“*
> *(Interview Adressatin F nach der zweiten Sitzung).*

Deutlich wird anhand der vorherigen und der folgenden Aussagen der Befragten außerdem, dass die Assoziationen, die durch das eingesetzte Material ausgelöst werden, davon abhängen, aus welchem Kontext das Material bzw. der Einsatz desselbigen bekannt ist. Häufig handelt es sich um Assoziationen zu Schule, die zu einer Distanzierung im Rahmen der Beratung führen und damit je nach individueller Erfahrung zum Teil Widerstand oder Abwehr zur Folge haben:

> *„Ich hab das immer GEHASST, wenn der Lehrer dann da stand: So, und jeder von Euch schreibt mir jetzt was Schönes auf ein Kärtchen und drückt das da an die Pinnwand und Du denkst Dir immer (lehnt sich zurück): Ach nee, ehrlich, ne, das ist so sinnbefreit einfach, ne?“*
> *(Interview Adressatin F nach der zweiten Sitzung).*

Vorgehen

Das folgende Beispiel ist auf zweierlei Ebenen interessant, da sich hier die schulischen Assoziationen erneut zeigen, dieses Mal durch das Vorgehen der Beraterin, welches von der zu beratenden Person als lehrerinnenhaft erlebt wird. Außerdem wird anhand des Beispiels verdeutlicht, dass ein Vorgehen, welches aus Adressat_innensicht als nicht individualisiert oder auf das Anliegen und die Bedürfnisse abgestimmt erlebt wird, zu einer Distanzierung im Sinne von Widerstand führt, ähnlich wie dieses Phänomen auch in Bezug auf den Methodeneinsatz beschrieben wurde. Der Adressat dieses Beratungsprozesses wendet sich mit dem Anliegen an die Beraterin, seine Work-Life-Balance zu verbessern, also einen besseren Ausgleich zwischen beruflichem Tun und Freizeit zu finden, um seine Lebensqualität zu steigern. Er beschreibt im Prozess eine starke Belastung durch eine Vielzahl von Aufgaben und Verantwortlichkeiten, denen er im Berufsalltag begegnet, verbunden mit der Schwierigkeit, nach Feierabend abzuschalten und ein erfülltes Privatleben zu genießen. Die Beraterin führt mit dem zu Beratenden ein Erstgespräch, um die Thematik und das Anliegen zu ergründen und bittet ihn am Ende der Sitzung, als „Hausaufgabe“ einen bestimmten Arbeitsauftrag umzusetzen, dessen Ergebnis Gegenstand der zweiten Beratungssitzung sein soll. Bei der Betrachtung der entsprechenden Videosequenz aus dieser Sitzung äußert der Befragte:

> *„Da hab ich mir so gesagt so: Oah, SCHEISSE, Hausaufgaben. Ist nicht, weil ich grundsätzlich was [da] mit habe, aber weil ich genau WEISS, die tu ich bei mir in die Aktentasche und das nächste Mal, wenn ich wieder herkomme, hab ich sie nicht angeguckt […] und sie liegen immer noch in der Aktentasche.*

Ähm, deswegen habe ich mich auch so ein bisschen dagegen gewehrt, das mitzunehmen, weil ich gewusst habe, die Zeit hast du sowieso nicht oder die nimmst Du Dir nicht, weil (.) andere Sachen sich in den Vordergrund drängen.“ (Interview Adressat D nach der ersten Sitzung).

Anhand dieses Beispiels zeigt sich, dass nicht allein der Begriff der Hausaufgabe eine Negativassoziation auslöst, sondern auch die Tatsache wird deutlich, dass außerhalb der Beratung einen zusätzlichen Vorbereitungs- bzw. Nachbearbeitungsaufwand zu haben, bei diesem Adressaten durch seine sowieso hohe (Arbeits-) Belastung – die ja auch Anliegen und Thema der Beratung ist – dazu führt, dass er einen Widerstand beschreibt, welcher durch das Vorgehen der Beraterin ausgelöst wird. Es kommt zu einer Distanzierung des Adressaten in Bezug auf die Beratung. Im weiteren Verlauf berichtet er, dass er durch solche und ähnliche Vorgehensweisen einen Zweifel an der Beratung entwickelte und insbesondere hinterfragte, inwiefern diese Art der Beratung für ihn das Richtige sei. In der Folge stellt er mehrfach das Vorgehen der Beraterin in Frage, grenzt sich aktiv in der Beratung ab, indem er bestimmte Themen ausklammert und bittet letztendlich die Beraterin, die Beratung ausschließlich auf das Thema Entlastung im beruflichen Alltag zu begrenzen und private Themen außen vor zu lassen. Neben diesem Beispiel, in welchem der Adressat eine Distanzierung im Sinne von Abgrenzung als Folge des Vorgehens der Beraterin vollzieht, bietet das Wissen um mögliche Abgrenzung gleichzeitig die Chance für Nähe und ein Sich-Einlassen und Preisgeben im Rahmen der Beratung, wie das folgende Beispiel zeigt:

„Ähm, mir haben ihre Ansätze gut gefallen, mir haben die Fragen gut gefallen. Und mir hat auch gefallen, wenn ich gesagt hab: Das ist jetzt nicht der Punkt, dass sie dann gesagt hat: Ok, dann (.) lassen wir das.“ (Interview Adressatin E nach der ersten Sitzung).

Hier wird sichtbar, dass die Möglichkeit der Distanzierung dazu führt, dass die Adressatin Nähe zur Beraterin zulassen kann und Themen besprochen werden können, da die Adressatin um die Möglichkeiten einer Abgrenzung weiß, wobei ihr dies Sicherheit im Prozess bietet und Vertrauen in die Person der Beraterin sowie in die Beratung ermöglicht.

Diese Beispiele verdeutlichen, dass die Gestaltungsmöglichkeiten Methoden, Material und Vorgehen wichtige Elemente für die Nähe-Distanz-Gestaltung im Beratungsprozess sind. Aus den Interviews mit den Berater_innen geht indes hervor, dass viele der Gestaltungsoptionen nur in Teilen bewusst eingesetzt werden und oftmals intuitiv und aus der Erfahrung heraus zum Einsatz kommen, ohne dass eine bewusste Anpassung an die individuellen Bedürfnisse der Adressat_innen erfolgt. Wichtig ist die Erkenntnis, dass bereits kleine Veränderungen wie der Verzicht auf die Arbeit mit bestimmten negativ assoziierten Materialien oder Methoden sowie eine Rollenreflexion (wie beispielsweise die Abgrenzung von Berater_in zu Lehrer_in) wichtige Möglichkeiten darstellen, die Beziehungsgestaltung zu individualisieren und zu optimieren, wodurch eine gelingende Balance zwischen Nähe und Distanz erreicht werden kann. Dazu gehört sicherlich auch, das eigene Vorgehen als Berater_in in Bezug auf Grenzüberschreitungen, unbewusste Verletzungen des Gegenübers und Irritationen in der Beratungsbeziehung hin zu überprüfen und diese bei Bedarf zum Thema der Beratung zu machen. Oftmals sind es im Erleben der befragten Adressat_innen eher kleine Nuancen, die ausschlaggebend dafür sind, ob Beratung als hilfreich und die Beziehung als angenehm erlebt wird. Beispielhaft sind hier die Häufigkeit und Intensität von Blickkontakt zu nennen. Das Gefühl, zu forschend gemustert zu werden, kann beengend wirken, während das Gefühl, dass zu wenig Blickkontakt hergestellt wird, weil Beratende zu vertieft in ihre Mitschrift oder Dokumentation sind, als ebenfalls störend erlebt wird. Weiterhin wird die Körperhaltung und

Sitzposition seitens der zu Beratenden thematisiert. Einerseits wird beispielsweise beschrieben, dass eine offene, zugewandte und lebendige Körpersprache als nähefördernd erlebt wird, während Körpersprache, die durch ihre Dynamik oder Haltung zu stark von der eigenen Körpersprache der Befragten abweicht, als unpassend (z. B. übermotiviert oder wenig empathisch) erlebt wird, insbesondere dann, wenn Adressat_innen in ihrer Körpersprache selbst eher verhalten sind, während Berater_innen ausdrucksstarke Körpersprache, Gestik und Mimik einsetzen. Ein Aspekt, der in Hinblick auf die Gestaltung von räumlicher Nähe und Distanz oftmals sehr positiv seitens der befragten Adressat_innen beschrieben wird, ist die gemeinsame Aktivität während der Beratung beispielsweise in Form eines Positionswechsels beim gemeinsamen Arbeiten im Stehen, gemeinsame Bewegung im Raum oder die gemeinsame Zuwendung hin zu einer Visualisierung. Hierbei können (vor allem räumliche) Nähe und Distanz situationsspezifisch neu ausgehandelt werden. Als nähestiftend wird von mehreren Befragten die Anpassung des sprachlichen Ausdrucks beschrieben. Im folgenden Beispiel beschreibt eine Adressat_in es als angenehm, dass der Berater sich auch auf ihre Wortwahl einlässt und Fäkalsprache verwendet, wenn sie dies auch tut:

> *„Also ich habe tatsächlich das Gefühl, dass er weiß, was er tut und dass er sich auf mich einlässt auch, ne. Ich (.) wage zu bezweifeln, dass er bei einer schicken Dame, die sehr wortgewandt ist, zwischendurch Scheiße murmeln würde (lacht)“ (Interview Adressatin F nach der ersten Sitzung).*

Die bereits angesprochene Verwendung bzw. bewusste Nichtverwendung von Material scheint besonders bedeutungsvoll zu sein, insbesondere wenn adressat_innenseitig negative Assoziationen zu bestimmten Materialien bestehen. Im Sinne einer Transparenz wird es von Adressat_innen als vertrauensstiftend erlebt, wenn Mitschriften und Dokumentationen der Beratung offen geführt werden oder Einblick in die Aufzeichnungen gewährt wird. In einem Fall arbeiteten Beraterin und Adressatin gemeinsam mit den offen auf dem Tisch liegenden Aufzeichnungen der Beraterin, was die Adressatin wertschätzend beschreibt:

> *„Hm, also was ich gut fand, war, dass sie mir direkt ihre Aufzeichnungen gegeben hat und ich da selber drin rum fuhrwerken konnte.“ (Interview Adressatin E nach der vierten Sitzung)*

Transparenz in Bezug auf die Rahmenbedingungen wird ebenfalls durch eine klare Markierung des Anfangs und Endes der Beratung durch die beratenden Personen erlebt. Hier wird ein besseres Sich-Einlassen ermöglicht, indem die Rahmenbedingungen klar sind und Ausblicke bezüglich der Dauer der Sitzung oder der möglichen Anzahl an Folgeterminen gegeben werden. Eine fehlende Klarheit in Bezug auf diese Parameter führt eher zu einer Distanzierung aus Selbstschutz. Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Gestaltung paraberaterischer Situationen. Hiermit sind Situationen gemeint, die nicht direkt Teil der eigentlichen Beratungssitzung sind, aber im Zusammenhang mit ihr stehen, also das VOR, NACH und das DAZWISCHEN. Wichtig ist Adressat_innen hier, Berater_innen als authentisch zu erleben, beispielsweise im Vergleich des Verhaltens vor und während der Beratung. Ein Beispiel für eine Irritation beschreibt ein Befragter in Bezug auf die Verabschiedung nach der Beratung:

> *„Man baut ja dann über ne Stunde oder anderthalb oder zwei Stunden, oder so, ein enges Verhältnis zu jemandem auf, und wenn der dann so hinterher: Tschüss (schnalzt mit Zunge) und dann um die Ecke geht“ (Interview Adressat D nach der zweiten Sitzung).*

Hier wird deutlich, dass eine abrupte Auflösung der beraterischen Nähe nach der Sitzung bei der befragten

Person ein ungutes Gefühl hinterlässt. Der Befragte ergänzt:

> *„Aber fand ich insgesamt gut, wie gesagt, bis auf dieses, ähm, aus meinem Empfinden dann ziemlich abrupte Verabschieden dann unten, was dann wie so ’n Rollenwechsel irgendwie so war, ne, war ich Berater und freundlich und jetzt hab ich mit Dir nix mehr zu tun, jetzt gehen wir bitte beide auch unserer Wege […].“ (Interview Adressat D nach der zweiten Sitzung).*

Paraberaterische Situationen bieten demnach bei guter Gestaltung die Chance, Nähe und Distanz langsam auf- oder abzubauen sowie sich als beratende Person authentisch zu präsentieren. Gleichsam können diese Situation ebendann Irritationen und Negativgefühle erzeugen, wenn Nähe und Distanz im Erleben der zu beratenden Personen willkürlich erzeugt werden oder außerhalb der Beratung nicht kongruent zu dem sind, das innerhalb der Beratung erlebt wird.

Diese Auflistung von relevanten Aspekten zur Gestaltung der Beratungssituation in Bezug auf Nähe und Distanz könnte noch erweitert werden. Wichtig ist zu beachten, dass die Aussagen der Befragten eine hohe Diversität bezüglich dieser Aspekte aufweisen, so dass hier nicht der Eindruck erweckt werden soll, bestimmte Material- oder Methodeneinsätze seien grundsätzlich zu bevorzugen oder ein spezifisches beraterisches Verhalten sei für alle Befragten angenehm. Aufgezeigt werden soll vielmehr, dass über all diese kleinen vollzogenen oder unterlassenen Handlungen, über Nuancen in der verbalen und nonverbalen Kommunikation sowie über das bewusste Agieren innerhalb der Beratungssitzung Nähe und Distanz gestaltet werden und viele dieser Gestaltungsmöglichkeiten ungenutzt bleiben, solange kein Bewusstsein für sie geschaffen wird.

5 Fazit und Ausblick

Die dargestellten Beispiele verdeutlichen die Komplexität, die mit der Nähe-Distanz-Gestaltung im Kontext der psychosozialen Beratung einhergeht. Nicht allein die korrekte Durchführung bestimmter Beratungsmethoden oder ein handbuchgerechtes Vorgehen bestimmt Erfolg und Effekt der Beratung. Vielmehr erfordert eine adressat_innenzentrierte Beratung immer eine individuelle Anpassung der Methoden, des Materials sowie des Vorgehens, um Beziehungsbedürfnisse zu berücksichtigen und Wohlbefinden, Vertrauen und eine professionelle Adressat_innen-Berater_innen-Beziehung zu ermöglichen. Mangelnde Übereinstimmung in den Nähe-Distanz-Bedürfnissen der an der Beratung beteiligten Personen führt fast unweigerlich zu einer Unzufriedenheit und damit zum Teil auch zu Zweifeln an der Fortführung und Wirksamkeit von Beratung. Die Chance liegt demnach in der bewussten Gestaltung von Nähe-Distanz-Konstellationen. Grundlegend hierfür ist das Erfragen und Thematisieren von Nähe-Distanz-Bedürfnissen sowie Erfahrungen und Wünschen in Bezug auf Material- und Methodeneinsatz sowie das beraterische Vorgehen.

Eine im Rahmen des Forschungsprojekts wenig beobachtete aber sehr nützliche Möglichkeit, die Nähe-Distanz-Gestaltung in der Beratung zu verbessern, besteht in der Metaberatung, also der Kommunikation über die Beratung. Adressat_innen kann man dies bildlich so erklären, als würde man aus der Vogelperspektive auf die Beratung schauen. Diese Form der Metaberatung hat den Vorteil, dass unter anderem das Nähe- und Distanz-Erleben der Beteiligten zum Thema gemacht werden kann, wodurch Veränderungen in der Gestaltung der Beratungsbeziehung ermöglicht werden. Beispielhaft kann deutlich werden, dass ein_e Adressat_in in Bezug auf ein bestimmtes Thema eine besondere Verletzlichkeit aufweist, die in der bisherigen Art und Weise, wie es thematisiert wurde zu einem Erleben von Grenzüberschreitung führt. Außerdem kann dadurch nachvollziehbar werden, dass sich ein Widerstand, der bislang von Berater_innenseite als persönlicher Widerstand gegen die

Person der Beraterin bzw. des Beraters wahrgenommen wurde, vielmehr gegen ein bestimmtes Vorgehen oder einen Methoden- oder Materialeinsatz richtet und damit problemlos zu beheben ist, indem die entsprechenden materiellen, methodischen oder Verhaltens-Veränderungen vorgenommen werden. In diesem Zusammenhang wurden die schulischen Assoziationen an mehreren Stellen betont, wobei unabhängig von schulischen Erfahrungen der Befragten ein lehrer_innenhaft erlebtes Rollenhandeln und Vorgehen von den Adressat_innen als eher hinderlich für die Beratung erlebt wurde. Es zeigt sich, dass sowohl Nähe als auch Distanz in der psychosozialen Beratung ihre Berechtigung und Notwendigkeit haben und das Spannungsfeld bedeutsam ist, um eine Beratungsbeziehung konstruktiv zu gestalten. Der Schlüssel zu erfolgreichen Beratungsbeziehungen und -prozessen scheint zum einen das Bewusstsein für die Gestaltungsmöglichkeiten der Beratungsbeziehung zu sein, zum anderen der Mut sowie die Fähigkeit, Nähe und Distanz erlebbar und vor allem besprechbar zu machen, damit Irritationen, Verletzungen und Bedürfnisse thematisiert und damit zum Teil der Beratung werden können, anstatt als Hindernis zwischen der beratenden und der zu beratenden Person zu stehen und damit den Beratungsprozess zu beeinträchtigen. Ein Bewusstsein für diese teils unbewusst ablaufenden Prozesse zu schaffen, ist mit einer gewissen Anstrengung verbunden, nicht umsonst profitieren Berater_innen von einer langjährigen Erfahrung in Bezug auf Methoden-, Materialeinsatz und beraterisches Vorgehen. Umso wichtiger ist die fortwährende Reflexion dieser Aspekte sowie die Kommunikation mit den Adressat_innen über die verschiedenen Perspektiven als wesentlicher Teil professionellen Handelns innerhalb der psychosozialen Beratung.

Literaturverzeichnis

Abrahamczik, V.; Hauff, S.; Kellerhaus, T.; Küpper, S.; Raible-Mayer, C.; Schlotmann, H. (2013): Nähe und Distanz in der (teil-) stationären Erziehungshilfe – Eine Ermutigung in Zeiten der Verunsicherung, Lambertus Verlag, Freiburg im Breisgau

Best, L. (2020): Nähe und Distanz in der Beratung – Das Erleben der Beziehungsgestaltung aus der Perspektive der Adressaten, Springer Verlag, Wiesbaden

Datler, W.; Strachota, A. (2012): Wenn der Wunsch nach Klarheit zur Krise führt… – Bemerkungen über Nähe und Distanz in der beratenden Begleitung von Eltern, die sich mit pränataler Frühdiagnostik konfrontiert sehen, in: Dörr, M.; Müller, B. (Hrsg.): Nähe und Distanz – Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität, 3. aktualisierte Auflage, Beltz Juventa Verlag, Weinheim und Basel, 178-193

Dörr, M.; Müller, B. (Hrsg.) (2012): Nähe und Distanz – Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität, 3. aktualisierte Auflage, Beltz Juventa Verlag, Weinheim und Basel

Gräber, D. (2015): Nähe und Distanz – Ihre Bedeutung für die berufliche Identität der Sozialarbeit, in: Soziale Arbeit 2015, Vol. 64 (9), 329–334

Landkammer, J. (2012): „Doch die Nähe bleibt dem Menschen am fernsten.“ Kreisende Annäherungen an die Semantik von Nähe und Distanz, in: Jansen, S.; Stehr, N.; Schröter, E. (Hrsg.): Positive Distanz? – Multidisziplinäre Annäherungen an den wahren Abstand und das Abstandwahren in Theorie und Praxis, Springer Verlag, Wiesbaden, 13–52

Schmalenbach, B. (2014): Nähe und Distanz – Dimensionen pädagogischen Handelns, Research on Steiner Education Vol. 5, Special Issue 2014, ISSN: 1891-6511, 37–56

Tetzer, M. (2009): Zum Verhältnis von Emotionalität und Rationalität in der Sozialpädagogik, in: Meyer, C.; Tetzer, M.; Rensch, K. (Hrsg): Liebe und Freundschaft in der Sozialpädagogik – Personale Dimensionen professionellen Handelns, Springer Verlag, Wiesbaden, S.103–130

Thiersch, H. (2012): Nähe und Distanz in der Sozialen Arbeit, in: Dörr, M.; Müller, B. (Hrsg.): Nähe und Distanz – Ein Spannungsfeld pädagogischer Professionalität, 3. Auflage, Beltz Juventa Verlag, Weinheim und Basel, S.32–49

Zur Autorin
Prof. Dr. phil. Laura Best ist Professorin am Fachbereich Sozialwesen der FH Münster. Außerdem ist sie freiberuflich als Beraterin, Coach und Therapeutin sowie als Supervisorin tätig. Sie lehrt und forscht mit dem Schwerpunkt Beratung und Coaching im Kontext Sozialer Arbeit.

Kontakt: Best@fh-muenster.de